学校番号	T1206

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育科	科目	ライフスポーツ１	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	なし						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

さまざまなスポーツ種目の実践を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、生涯に渡って出来るスポーツを考えてみよう。
応急手当の意義、日常的な応急手当や心肺蘇生法について理解し、実践できるようになろう。
運動の意義や筋力トレーニングについての基礎知識を習得し、実践できるようになろう。

2　学習の到達目標

体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、生涯にわたって運動を継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

1）運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、その多様性や体力の必要性について理解し、それらの技能を身につける。
2）生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を身につける。
3）運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組み、互いに協力するなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を身につける。

3　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	各種の運動の合理的な実践を通して、基礎技術と基本的なルールを身につける。 習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できるようになる。 心肺蘇生法や応急手当の意義、方法、手順について理解し、身につけている。	各種の運動の練習方法やゲーム内での作戦などを工夫して考えられるようになる。 心肺蘇生法や応急手当について、自他や社会の課題を発見し、その解決の方法を表現することができるようになる。 筋力トレーニングのプログラムを作成し実践することができるようになる。	練習の改善点やゲーム内での反省など、互いに話し合おうとしている。 フェアなプレイを大切にし、安全に配慮しようとしている。 運動用具の準備、片付けなどを率先しようとしている。

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4　学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
前期	球技	バドミントン	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度
		バスケットボール	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度
	応急手当	応急手当の意義と原理 心肺蘇生法の習得	a:心肺蘇生法や応急手当の意義、方法、手順について理解している。 b:心肺蘇生法や応急手当について、自他や社会の課題を発見し、その解決の方法を表現することができる c: 応急手当について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組むことができる。	レポート 筆記テスト	レポート 筆記テスト	授業態度
	球技	ハンドボール	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度

後期	球技	ソフトボール	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度
		バレーボール	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度
		サッカー	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度
	トレーニング理論	トレーニング理論 トレーニングプログラム作成 トレーニング実践	a:運動やトレーニングの意義を理解し、基本的な知識を身につけている。 b:自身の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し、判断することができる。 c:安全に配慮しながら主体的に取り組むことができる。	レポート 筆記テスト	レポート 筆記テスト	授業態度

※　表中の観点について　a:知識・技能　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度